

Twitteren

Suzan Oudejans*

kunnen we in de toekomst wellicht ook de twee

‘Twitteren? Wat is dat? Toch niet zo’n netwerksite? Nee hoor, daar doe ik niet aan.’ Zo klonk ongeveer de gemiddelde reactie van collega’s toen ik vroeg of ze twitterden. De avond ervoor hadden de ‘early adapters’ in mijn vriendenkring me doorgezaagd met zeer enthousiaste verhalen over Twitter als fantastische bron van informatie, bruikbaar in elk vakgebied. Reden om voor deze rubriek eens uit te proberen hoe ver je komt met Twitter als informatiebron en manier om bij te blijven op het gebied van verslaving en de behandeling daarvan.

Twitter is een sociaal netwerk waarmee een gebruiker in 140 tekens kan omschrijven waarmee hij bezig is. Zo’n bericht heet een tweet. (Twitteren betekent tsjilpen of piepen, het staat dan ook voor het gekwetter van vogels.) Je kunt zelf een tweet plaatsen en je kunt mensen volgen, wat betekent dat je hun berichten automatisch meeleest en andersom - ten minste, als ze jou volgen. Twitter is interessant omdat je mensen kunt volgen die met hetzelfde bezig zijn als jij.

* Dr. S. Oudejans is onderzoeker bij het Amsterdam Institute for Addiction Research te Amsterdam. E-mail: s.c.oudejans@amc.uva.nl.

dingen bezig zijn die je interesseren, zodat je op de hoogte kunt blijven van hun activiteiten en ervaring. President Obama wordt door veel mensen gevolgd en in Nederland zijn minister Maxime Verhagen en entertainer Paul de Leeuw erg populair. De zangeres Britney Spears heeft ruim een miljoen ‘followers’; het gaat bij Twitter natuurlijk ook om vermaak.

De website Twitter (<http://twitter.com>) bestaat sinds 2006 - dus zo ‘early’ zijn de ‘adapters’ in mijn vriendenkring nu ook weer niet. Er zijn ook applicaties beschikbaar voor de mobiele telefoon, waardoor je ook kunt twitteren als je niet achter een computer zit. Op MediaNed (www.medianed.com/2009/03/04/spoedcursus-wat-is-twitter) is een prima spoedcursus twitteren te vinden.

Magazines

Laten we voor het vakgebied verslaving en verslavingszorg eens kijken welke beroemdheden we kunnen volgen. Zou Gerard Schippers bijvoorbeeld twitteren? Nee, die is niet te vinden, net zo min als Linda Sobell en Carlos DiClemente. Zelfs de jongere MRI-onderzoeker Christian Buchel twittert niet, althans niet onder

z'n eigen naam. Voor het volgen van iconen moeten we dus nog een beetje geduld hebben totdat Twitter gemeengoed is geworden - als dat ten minste gebeurt. Maar nu zelfs *Time Magazine* er aandacht aan besteedt, is dat waarschijnlijk al het geval (<http://twitpic.com/6m1nq>).¹

Meer resultaten boeken we als we zoeken op onderwerpen in tweets. Mijn tweet is op dit moment: 'Writing an article on twittering for Tijdschrift #Verslaving, a Dutch journal on #addiction and treatment.' Die hekjes zijn geen zetfouten, maar 'hashtags' die het onderwerp van het bericht aangeven. Hiermee kan de zoekfunctie van Twitter goed gebruikt worden. Laten we dicht bij huis beginnen en '#verslaving' intikken in de zoekfunctie. Dat levert alleen mijn eigen tweet op. Verder wordt er op het moment in het Nederlands niet getwitterd over verslaving.

In het Engels dan maar. Dat levert meer op! Het eerste resultaat is een tweet van gebruiker Anlosu: '#Followfriday - @Sugar_Tweets Great to know I'm not the only one suffering from #cravings and #sugar #addiction. Thanks to @spreiki.' Dat vind ik niet zo interessant, suikerverslaving. Ik wil serieuze tweets lezen. Even verder onderaan de lijst meldt gebruiker Treatmentmag: '#addiction #treatment EBITDA Multiples <http://bit.ly/6gHzH>.' Niet meteen duidelijk, maar de gebruikersnaam lijkt interessant. Ik klik op de link en kom op de site van Treatment Magazine met nieuwsbe-

richten (*Addiction Industry News*) en een artikel over de verdubbeling van de brutowinsten in de sector. Blijkbaar gebruikt dit magazine Twitter om de aandacht te trekken voor hun nieuwsberichten. Ik ben benieuwd of het interessant is om ze te volgen.

In Twitter klik ik op de gebruikersnaam en kom ik op het profiel van Treatmentmag en zo zie ik de meest recente tweets. Ze verwijzen voornamelijk naar hun eigen site, maar dat zijn wel aardige berichten. Naast nieuwe ontwikkelingen op behandelgebied is er ook berichtgeving over bedrijfsvoering en -resultaten in de sector; in Amerika wel te verstaan. Ik vind het wel leuk om deze nieuwsberichten een tijdje te volgen en klik op de knop 'follow'. Steeds als ik inlog zullen er nu tweets van Treatmentmag verschijnen.

Via het zoeken op #addiction kom ik ook terecht bij HabitDoc, een behandelaar die zich gespecialiseerd heeft in 'non-12-step'-behandelingen, en het Las Vegas Recovery Center. Voornamelijk instellingen, dus.

Gebruikers

Maar ik ben ook nieuwsgierig of er mensen zijn die twitteren over hun behandeling of over leven zonder alcohol. Even verder onderaan de lijst vind ik de volgende tweet: 'Just added myself to the <http://wefollow.com> twitter directory under: #alcoholism #addiction #recovery.' We Follow (www.wefollow.com) is een website waar je je kunt aanmelden als twitteraar met bepaalde kenmerken. Deze twitteraar heeft dat dus

¹ Dit hoorde ik overigens via een tweet van een van mijn contacten (!).

gedaan en aangegeven dat ze zich met alcoholisme, verslaving en herstel bezig houdt. Mogelijk zijn haar tweets dus interessant om te volgen.

Maar We Follow vind ik veel interessanter dan de gebruiker die ik daarnet heb gevonden. Je kunt er een tag (dat is de term die na het # komt) invoeren en vindt dan twitteraars die zich met dit onderwerp bezighouden en zich bij We Follow hebben aangemeld. De tag #addiction levert een vijftigtal twitteraars op die zich allemaal op een of andere manier bezighouden met verslaving, en vermoedelijk met het doel daarvan af te komen. Wederom een aantal behandelcentra, maar ook Alcoholicmummy, een moeder van twee kinderen die van de drank probeert af te blijven. Behalve een Twitter-account heeft ze een blog; de persoonlijke websites van mensen vind je vaak in het lijstje gegevens rechts bovenaan in hun profiel. Interessant.

Nederlandse top-100

Is er in Nederland dan helemaal niks te vinden? Nou, behoorlijk veel, maar op het gebied van de geestelijke gezondheidszorg of verslaving valt het nog een beetje tegen. Maar er is een begin. Twit-tergids (<http://twittergids.nl>) is een Nederlandse site waarop op onderwerp telkens een top-100 van twitteraars staat. Op basis van de biografie van een twitteraar (zelf in het profiel te noteren) stelt de beheerder lijstjes samen. Daar is

sinds kort onder de kop 'maatschappij' het lijstje 'hulpverlening' bijgekomen. We vinden er tot nu toe vijf twitteraars, waaronder een psychiater en een jeugdhulpverlener. Aardig om deze groep te blijven volgen en uit te proberen of ik mijn bio zo kan opstellen dat ik zelf ook in dit lijstje terechtkom, hoewel ik geen hulpverlener ben en misschien beter thuishoor onder 'wetenschap'. Maar nu besluit ik de psychiater te volgen, klik door naar het profiel en vervolgens op 'follow'. Dat is voorlopig de laatste - het moet wel overzichtelijk blijven natuurlijk.

Tot besluit

Is Twitter een belangrijke en handige bron van informatie over verslaving en/of de behandeling daarvan? Het is zeker de moeite waard om je weg te zoeken in alle profielen van individuen, commerciële aanbieders of behandelinstututen. Als het je lukt een tiental interessante twitteraars te vinden, word je op een persoonlijke manier op de hoogte gehouden van ontwikkelingen, en draag je zelf ook bij aan het verspreiden van informatie.

Echt veel op het gebied van (wetenschappelijke) ontwikkelen in de verslavingszorg heb ik er nog niet kunnen vinden. Maar als Twitter echt mainstream wordt, zal dit snel gebeuren. Zo kunnen we in de toekomst wellicht ook de tweets van professor Schippers volgen ...